

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Penegasan Judul**

Sebelum penulis menjelaskan secara keseluruhan isi skripsi ini terlebih dahulu akan dijelaskan apa yang dimaksud dari judul skripsi ini. Adapun judul skripsi ini adalah **“Dzikir Sebagai Metode Terapi Kesehatan Mental Pada Lanjut Usia Di Unit Pelaksana Teknis Daerah Panti Sosial Lanjut Usia (UPTD PSLU) Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan”**.

Untuk memudahkan dalam memahami judul skripsi ini maka perlu dijelaskan tentang pengertian dan maksud dari judul skripsi ini.

**Dzikir** Secara terminologi adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dan dengan cara mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.<sup>1</sup>

Dalam Islam setiap mukmin memang diperintahkan untuk berdzikir sebanyak-banyak nya atau bahkan setiap saat wajib berdzikir pada Allah.

Firman Allah SWT :

---

<sup>1</sup>Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h.187

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٤٢﴾

“Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya. Dan bertasbihlah kepada-Nya di waktu pagi dan petang.” (Q.S Al-Ahzab :[33]41-42).

Dalam buku Ensikolopedi Islam jilid 5, dijelaskan bahwa dzikir berasal dari kata *zikr* yang artinya menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga, mengerti, perbuatan baik, ucapan lisan, gerakan raga maupun getaran hati sesuai dengan cara-cara yang diajarkan agama dalam rangka mendekatan diri kepada Allah SWT.<sup>2</sup>

**Kesehatan mental** adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Keharmonisan antara fungsi jiwa dan tindakan tegas itu dapat dicapai antara lain dengan keyakinan akan ajaran agama, keteguhan dalam mengindahkan norma-norma sosial, hukum, moral dan sebagainya.<sup>3</sup>

**Lanjut Usia** atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, pengelihan semakin memburuk, gerakan lambat dan figur tubuh yang tidak proposial. Usia lanjut adalah suatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan

---

<sup>2</sup>Dewan Redaksi Ensikolopedi Islam, *Ensiklopedi Islam*, Ihtiar Baru Van Hoeve, Cet.4, jilid. 5, (Jakarta, 1997), h.235

<sup>3</sup>Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta : Pt Gunung Agung, 1982), h.13

fenomena biologis. Kehidupan itu akan diakhiri dengan proses penuaan yang berakhir dengan kematian.<sup>4</sup>

Usia tua adalah periode penutup dalam rentan hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Bila seseorang yang beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin.<sup>5</sup>

Usia enampuluhan dipandang biasanya sebagai garis pemisah antara usia madya dan usia lanjut. Akan tetapi orang menyadari bahwa usia kronologis merupakan kriteria yang kurang baik dalam menandai permulaan usia lanjut karena terdapat perbedaan tertentu di antara individu-individu dalam usia pada saat mana usia lanjut mereka mulai.<sup>6</sup>

Adapun tahap-tahap perkembangan menurut Hurlock selengkapnya adalah sebagai berikut :

- 2-6 tahun : Anak-anak awal (early childhood)
- 6-12 tahun : Anak-anak akhir (late childhood)
- 12-14 tahun : pubertas
- 14-17 tahun : remaja awal (early adolescence)
- 17-21 tahun : remaja akhir (late adolescence)
- 21-40 tahun : dewasa awal (early adulthood)
- 40-60 tahun : setengah baya (middle age)

---

<sup>4</sup>*Lanjut-usia-lansia*, tersedia di : <http://lpkeperawatan.blogspot.co.id/2013/12/html.WBcva2FFuGp> (On-Line tgl 15/04/2018 pk1. 08:37)

<sup>5</sup>Elizabeth B.Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Erlangga, 2005), h.380

<sup>6</sup>*Ibid.* h. 380

- 60 tahun keatas : lansia (senescence)<sup>7</sup>

Seorang lansia yang semakin hari semakin tua usianya dan harus mempunyai pegangan yang kuat untuk menuju kehidupan selanjutnya, maka dari itu salah satu metode atau cara yang akan memberikan kesehatan mental bagi lansia adalah dengan cara berdzikir mengingat Allah SWT. Lansia yang setiap hari tidak meninggalkan dzikir akan dijauhkan oleh penyakit-penyakit hati dan penyakit tua seperti pikun dan rentan mengalami emosional yang tinggi.

Dari beberapa pengertian istilah yang digunakan dalam penelitian ini, bisa dipahami bahwa yang dimaksud dengan judul skripsi “Dzikir Sebagai Metode Terapi Kesehatan Mental Pada Lanjut Usia Di Unit Pelaksanaan Teknis Daerah Panti Sosial Lanjut Usia (UPTD PSLU) Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan” adalah bagaimana dzikir bisa menjadi metode terapi kesehatan mental untuk para lansia, dan faktor apa saja yang mempengaruhi kesehatan mental lansia tersebut.

Dalam skripsi ini, penulis bermaksud ingin mengetahui seberapa besarkah pengaruh dzikir ini untuk mengetahui kesehatan mental lansia di UPTD PSLU Tresna Werdha, dengan adanya dzikir seorang lansia akan terus mengingat Allah dan seorang lansia akan terhindar dari masalah-masalah seperti melamun, bertengkar dan malas untuk beribadah.

---

<sup>7</sup>Batasan-usia-bagi-tiap-masa-perkembangan, tersedia di :  
<https://asiaaudiovisualexc09zihansyarfilani.wordpress.com/2009/06/27/>. (on Line tgl 09/10/2018)

## **B. Alasan memilih judul**

Ada beberapa alasan yang melatarbelakangi sehingga penelitian ini dilakukan, yaitu:

1. Karena dzikir bisa mampu mendekatkan diri kepada Allah sehingga bisa menjadikan hati tenteram dan tenang.
2. Karena mengingat lansia yang harus mempunyai mental yang sehat guna memperoleh kebahagiaan dimasa tuanya.
3. Karena lokasi mudah dijangkau dan mudah mencari sumber informasi di dinas sosial Tresna Werdha Natar.

## **C. Latar Belakang**

Perkembangan zaman berkembang begitu pesat belakangan ini. Perkembangan zaman ini banyak menimbulkan masalah diantaranya psikologi masyarakat yang semakin diperas sehingga menimbulkan masalah kejiwaan bagi masyarakat. Dari banyaknya masyarakat, peneliti memfokuskan pada masyarakat yang tergolong lansia. Menurut Patini lansia adalah istilah untuk tahap akhir dari proses penuaan makhluk hidup yang memiliki siklus kehidupan menjadi tua yang diawali dari proses kelahiran kemudian tumbuh menjadi dewasa dan berkembang biak, selanjutnya menjadi tua dan akhirnya akan meninggal. Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang mengalami kemunduran baik secara fisik maupun psikis yang mengakibatkan kecemasan.

Pada umumnya lansia yang sudah memasuki usia 65 tahun lebih banyak mengalami pengurangan dalam berbagai faktor. Secara fisik mengalami penurunan stamina atau daya tahan tubuh, secara mental ditandai dengan tidak tahan lama jika berpikir dan sering lupa serta beberapa lansia yang memiliki hubungan sosialisasi kurang dalam bermasyarakat. Setiap orang khususnya para lansia mendambakan kesehatan mental dan mendapatkan kesehatan mental bukanlah hal yang mustahil. Setiap orang menyadari bahwa konsekuensi dari putaran generasi tidak terlepas dari kenyataan hidup adanya lansia. Berbagai persoalan hidup yang dihadapi oleh lansia antara lain kecemasan menghadapi kematian, menimbulkan beban pikiran setelah ditelantarkan oleh anaknya, merasa tidak mempunyai teman sebaya, serta lemahnya kesehatan mental.

Di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan semua lansia mempunyai permasalahan yang berbeda-beda. Persoalan hidup yang pertama adalah kecemasan dalam menghadapi kematian. Perilaku lansia yang mencemaskan kematian itu dapat dilihat ketika mereka marah ataupun emosi yang berlebihan, berteriak-teriak, mimpi buruk dan lain-lain. Persoalan yang kedua adalah menimbulkan beban pikiran bagi lansia yang telah ditelantarkan oleh anaknya atau tidak memiliki keluarga. Para lansia merasa terbebani ketika berada satu atap di rumah dengan anaknya. Anaknya berpikir bahwa orangtua lebih baik meninggalkan rumah dan dibawa ke panti jompo dengan motif karena biasanya para lansia ini lebih senang menyendiri, tidak menyusahkan anaknya, dibutuhkan ketenangan jiwa dari

pada tinggal secepat dengan anaknya yang terkadang ada konflik dan membuat lansia tidak nyaman.

Persoalan yang ketiga adalah merasa tidak mempunyai teman sebaya. Lansia berfikir mereka hanya sendirian, tetapi pada kenyataan di UPTD PSLU Tresna Werdha mereka mempunyai banyak teman sebaya bahkan ada yang lebih tua dari lansia tersebut. Selain itu, terlihat para lansia asyik mengobrol (bagi yang sehat). Sedangkan, lansia yang sedang mengalami sakit atau tidak bisa beraktivitas normal hanya berbaring di kamar. Persoalan yang keempat adalah tentang lemahnya kesehatan mental ini adalah persoalan yang dihadapi oleh lansia di panti tersebut. Masalah kesehatan mental berasal dari 4 aspek yaitu fisik, psikologi, sosial dan ekonomi. Masalah tersebut dapat berupa emosi labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehkan, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan, dan tidak berguna. Para lansia dengan problem tersebut menjadi rentan mengalami gangguan kesehatan mental.<sup>8</sup>

Islam mengajarkan cara-cara berdzikir untuk mendapatkan hati yang Tenang atau mental yang kokoh guna menghadapi semua permasalahan yang ada pada hidup ini. Semisalnya seorang lansia yang tinggal di panti jompo meraka harus mempunyai kesehatan mental yang baik dengan menggunakan dzikir sebagai metode terapi kesehatan mental yang sudah diajarkan oleh Allah SWT :

---

<sup>8</sup>Dra. Anna Destiana, S. MM, *Selaku Seksi pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan*, wawancara, 19 Februari 2018

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

yaitu “orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya mengingat Allah lah hati menjadi tenteram”

(Q.S Ar-Ra’d [13] : 28).

Dengan berdzikir kepada Allah ta’ala segala kegalauan dan kegundahan dalam hati mereka akan hilang dan berganti dengan kegembiraan dan kesenangan. Bahkan tidak ada suatu apapun yang lebih besar mendatangkan ketenteraman dan kebahagiaan bagi hati manusia melebihi berdzikir kepada Allah ta’ala.

Dzikir adalah sebuah aktifitas ibadah dalam umat muslim untuk mengingat Allah. Diantaranya dengan menyebut dan memuji nama Allah, dan zikir adalah suatu kewajiban yang tercantum dalam Al-Qur’an.

Dalam Al-Qur’an dijelaskan yang berbunyi dalam firman-Nya:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾

“ Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. ( Al-ahzab [33] : 41 ).<sup>9</sup>

Hidup di dunia hanyalah sementara. Maka dari itu, sudah sepatutnya kita mengisi hari-hari kita untuk mengingat Allah yang Maha Kuasa. Mengingat Allah tidak terbatas pada saat melakukan shalat saja, tetapi sangat dianjurkan untuk mengingatnya dalam setiap kondisi. Selain itu, terdapat cara yang paling mudah dan

---

<sup>9</sup>Simuh, *Tasawuf dan Perkembangan Dalam Islam*, (Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2002), h.109



ringan dalam berdzikir, yaitu dengan mengucapkan Laa ilaha Illallah, Subhanallah, Alhamdulillah, dan Allahu Akbar adalah lafadz dzikir yang dianjurkan oleh Rasulullah. Keempat lafadz tersebut yang dikenal sebagai lafadz tasbih ini memiliki banyak sekali keutamaan.<sup>10</sup>

Berdasarkan hasil Prasurvey tanggal 19 februari 2018 didapatkan data bahwa Di UPTD PSLU Tresna Werdha Provinsi Lampung yang berada Di Desa Natar Lampung Selatan, saat ini ditempati oleh 84 orang usia lanjut, baik itu laki-laki maupun perempuan. Mayoritas lansia di Tresna Werdha tersebut sebelumnya tidak memiliki latar belakang yang jelas, seperti tidak mempunyai tempat tinggal, tidak memiliki keluarga, dan hidup mereka ditelantarkan. Sehingga Dinas Sosial tersebut menerima lansia-lansia yang hidupnya sendirian. Lansia yang berada di UPTD PSLU ini diambil dari jalan, dan berbagai daerah, atau rumah sakit yang sebelumnya lansia tersebut tidak memiliki keluarga. Tresna Werdha Natar ini memiliki kegiatan rutin keagamaan bersama seminggu dua kali, yaitu pada hari senin dan kamis. Kegiatan nya mencakup pengajian, belajar mengaji dan dikenalkan agama oleh seorang ustad di Panti Sosial Tresna Werdha tersebut. Sebelum memulai pengajian lansia-lansia di Panti Sosial Tresna Werdha tersebut melakukan dzikir bersama-sama yang dipimpin oleh seorang ustad dan di ikuti oleh lansia-lansia tersebut. Lansia yang mengikuti keagamaan kurang lebih sekitar 25 lansia baik itu laki-laki maupun perempuan.<sup>11</sup>

Kondisi kesehatan mental lansia banyak dipengaruhi dari latar belakang yang pernah mereka alami, ataupun dari kondisi psikis yang tertekan. Latar belakang yang

---

<sup>10</sup>Rizki Joko Sukmono, *Psikologi Zikir*, (Jakarta: SriGunting 2008), h. 73

<sup>11</sup>Ibu Anna Destianna, Seksi Pelayanan di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung selatan. Wawancara 19 februari 2018

kurang jelas, dan tidak adanya bimbingan dimasa tua menyebabkan mereka memiliki kepaahaman yang minim dalam bidang agama. Kebanyakan lansia yang ada di UPTD PSLU Tresna Werdha beberapa orang yang bisa mengaji dan sedikit sekali paham tentang agama. Terkadang lansia di Panti tersebut memiliki masalah seperti melamun, menyendiri, bertengkar dengan lansia lainnya. Dengan adanya dzikir ini diharapkan dapat membantu lansia untuk dapat lebih mengenal Allah dan dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap kondisi yang mereka alami, sehingga lansia tersebut memiliki mental yang tenang untuk menjalani hari-harinya.<sup>12</sup>

#### **D. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah yang didapat berdasarkan latar belakang masalah antar lain:

1. Terjadinya lansia yang merasa cemas dengan kehidupannya
2. Menimbulkan beban pikira bagi lansia yang telah ditelantarkan atau tidak mempunyai tempat tinggal
3. Merasa tidak mempunyai teman sebaya
4. Lemahnya kesehatan mental
5. Lansia mengalami kesepian

---

<sup>12</sup>*Ibid*

## **E. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana dzikir sebagai metode terapi kesehatan mental lansia di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan?

## **F. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui sejauh mana dzikir sebagai metode terapi kesehatan mental lansia di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan.

### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini antara lain:

#### **a. Manfaat Akademis**

Dengan hasil penelitian diharapkan dapat memberikan Kontribusi pemikiran tentang wacana keilmuan, tentang dzikir sebagai metode terapi kesehatan mental pada lansia di UPTD PSLU Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

#### **b. Manfaat Praktis**

- 1). Bagi mahasiswa bimbingan dan konseling islam sebagai masukan bahwa Pelaksanaan bimbingan dzikir bisa meningkatkan kesehatan mental bagi manusia.

- 2). Bagi konselor, sebagai bahan masukan dan umpan balik, khususnya dalam dzikir untuk kesehatan mental pada lansia.
- 3). Bagi peneliti selanjutnya, sebagai referesnsi dan masukan bagi peneliti berikutnya yang meneliti permasalahan serupa secara lebih mendalam

### **G. Tinjauan Pustaka**

Terkait dengan judul ini ada beberapa peneliti terdahulu yang penulis temukan sehubungan dengan judul yang penulis angkat, diantaranya yaitu:

1. Sukarni dengan judul skripsi “ Dzikir Dan Doa Bagi Ketenangan Jiwa Santri Di Pondok Pesantren As Salafiyah Kelurahan Sregsem Kecamatan Panjang Kota Bandar Lampung”.

Dalam skripsi ini, peneliti bersifat deskriptif kualitatif yaitu peneliti yang menggambarkan secara tepat sifat-sifat individu, keadaan, gejala atau kelompok. Pembahasan di skripsi ini pelaksanaan dzikir dan doa di pondok As Salafiah santri di anjurkan untuk berwudhu, tadarus Al Qur'an dan bersalaman antar santri, kemudian santri mendengarkan ceramah. Adapun dalam pelaksanaan dzikir dan doa di awali dengan pembacaan syahadat, hadroh, mujahadah, tahlil dan doa. Manfaat dzikir dan doa di pondok As Salafiyah khusus nya para santri untuk menumbuhkan jiwa menjadi tenang, sabar menghadapi masalah dan cobaan, menumbuhkan rasa dekat dengan Allah dan tidak mudah putus asa.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup>Sukarni (Fakultas Dakwah dan Ilmu komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung) Jurusan Bimbingan Konseling Islam 2017, dengan judul skripsi “ Dzikir Dan Doa Bagi

2. Muhammad Ulil Arham dengan judul skripsi “Terapi Spiritual Melalui Dzikir Pada santri gangguam jiwa di PP. Al-Qodir Cangkringan Yogyakarta”. Dalam skripsi Muhammad ulil arham beliau menulis penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses dan manfaat terapi spiritual melalui dzikir kepada santri gangguan jiwa di PP. Al-Qodir Yogyakarta. Peneliti ini bersifat kualitatif, subjek yang diteliti oleh peneliti ini adalah 3 orang yang sedang melakukan proses rehabilitasi gangguan jiwa. Proses terapi dzikir ini dari tahap persiapan, pelaksanaan dan penutup. Manfaat terapi dzikir ini secara fisik yaitu mengembalikan saraf-saraf yang telah rusak, mengetes tingkat gangguan kejiwaan, mencegah dan mengobati penyakit. Secara psikis membersihkan jiwa dari perbuatan dosa.<sup>14</sup>
3. M. Agus Nurcahyo dengan judul skripsi “ Peran Dzikir Sebagai Media Pengelolaan Stres (study kasus Mahasantri putra pusat Ma’had Al-Jamiah Mabna Ibnu Kholdun UIN Maulana Malik Ibrahim). Dalam skripsi ini kegiatan dzikir yang dilakukan di Ma’had Al jamiah memiliki ciri khas yaitu seusai solat fardhu, aktifitas dzikir ini di pimpin oleh santri senior, dan disamping itu ada dzikir khusus yang dilakukan secara rutin dan istiqomah setelah solat subuh dengan membaca *wird al-latif* dan satu minggu sekali membaca *wird ratibul al-*

---

Ketenangan Jiwa Santri Di Pondok Pesantren As Salafiyah Kelurahan Sregsem Kecamatan Panjang Kota Bandar Lampung. H.78

<sup>14</sup>Muhammad Ulil Arham (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta) jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi 2015, dengan judul skripsi “Terapi Spiritual Melalui Dzikir Pada santri gangguam jiwa di PP. Al-Qodir Cangkringan Yogyakarta”. h. 82

*haddad* setelah solat magrib. Hasil peneliti menunjukan bahwa dengan adanya santri menerapkan dzikir lisan dan hati dengan mengucapkan kalam-kalam Allah setelah shalat fardhu maupun dzikir tertentu yang dapat memberikan ketenangan jiwa dan membantu meringankan masalah psikosomatis, stress. Kontribusi dzikir tersebut lebih mengarah pada implikasi dari adanya aspek *auto-sugesti* (hipnotis).<sup>15</sup>

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu terdapat perbedaan tentang apa yang penulis teliti, perbedaannya dari peneliti yang pertama adalah dimana peneliti yang pertama dzikir dan doa sebagai ketenangan jiwa untuk santri dan diterapkan melalui tadarus alqur'an, bersalaman dengan santri lainnya dan mendengarkan ceramah, peneliti yang kedua terapi spiritual dzikir untuk orang-orang gangguan kejiwaan yang akan disembuhkan saraf-sarafnya, dan yang peneliti ketiga peran dzikir untuk media pengolahan stress dari proses dzikir ini mengarah pada sugesti. Sedangkan yang saya peneliti disini adalah dzikir sebagai metode terapi untuk kesehatan mental lansia guna menghadapi permasalahan yang ada pada lansia tersebut.

## **H. Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif banyak dipergunakan pada ilmu sosial. Penelitian ini mempergunakan data

---

<sup>15</sup> M. Agus Nurcahyo (fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang 2015), dengan judul skripsi “ Peran Dzikir Sebagai Media Pengolahan Stres (study kasus Mahasantri putra pusat Ma’had Al-Jamiah Mabna Ibnu Kholdun UIN Maulana Malik Ibrahim).h. 98

yang dinyatakan verbal dan kualifikasinya bersifat teoritis. Pengelolahan dan pengujian hipotesis tidak berdasarkan statistic, melainkan dengan pola berfikir tertentu menurut hukum logika.<sup>16</sup>

### **1. Jenis Penelitian**

Dilihat dari jenisnya, maka penelitian ini adalah termasuk penelitian lapangan (*field research*), yaitu suatu jenis penelitian yang berusaha untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan di lapangan. Penelitian ini akan dilakukan di Dinas Sosial Tresna Werdha Natar, Lampung Selatan.

### **2. Sifat Penelitian**

Dilihat dari sifatnya, penelitian ini bersifat *deskriptif*. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk mendeskripsikan suatu situasi tertentu atau area populasi tertentu yang bersifat factual secara sistematis dan akurat. Penelitian deskriptif dapat pula diartikan sebagai penelitian memotret fenomena individual, situasi, atau kelompok tertentu yang terjadi secara kekinian.

Dengan kata lain tujuan penelitian deskriptif adalah mendeskripsikan seperangkat peristiwa atau kondisi populasi saat ini.<sup>17</sup>

### **3. Populasi dan Sampel**

#### **a. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan gejala / satuan yang akan diteliti.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup>Marzuki, *Metodelogi Riset*, (Yogyakarta : Ekonisa, 2005), h. 15

<sup>17</sup>*Ibid*, h. 23

Sedangkan menurut Sudjana, populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin hasilnya menghitung atau mengukur, kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya.<sup>19</sup>

Populasi lansia di panti jompo Tresna Werdha Natar berjumlah 29 personil yang bertugas di panti dan 84 orang lansia, jadi total keseluruhan populasi 113 orang.

#### **b. Sampel**

Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan diteliti. Sampel adalah: “Sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan menggunakan teknik tertentu”.

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* ialah yang digunakan penelitian jika peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam sampelnya, atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu. Jadi peneliti, harus mengetahui terlebih dahulu sifat-sifat populasi yang diamati.<sup>20</sup> Sampel atau responden yang digunakan 1 orang pembimbing keagamaan dan 5 orang lansia

---

<sup>18</sup>Bambang Praseyto, *Metode penelitian Kuantitatif*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2010), h. 119

<sup>19</sup>Sudjana, *Metode Statistik*, (Bandung : Tarsito, 2002), h. 6

<sup>20</sup>Atwar Bajari, *Metode Penelitian Komunikasi*, (Prosedur, Terend, Dan Etika), (Bandung : Simbiosis Rekatama Media, 2015), h. 95



yang sehat secara fisik , maksudnya pendengaran dan penglihatan masih berfungsi, dan di tambah 2 orang petugas yang berada di Dinas Sosial tersebut. Maka sampel dalam peneliti berjumlah 8 orang.

#### **4. Teknik Pengolahan dan Analisis Data**

##### **a. Pengolahan data**

Pengolahan data adalah data yang sudah terkumpul dari hasil teknik pengumpulan data baik secara wawancara, observasi, angket, dan dokumentasi serta literature pustaka, kemudian disusun secara jelas.

Teknik pengolahan data sebagai berikut :

- 1). Observasi adalah aktifitas terhadap suatu proses atau objek dengan maksud merasakan dan kemudian memahami pengetahuan dan gagasan yang sudah diketahui sebelumnya, untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk melanjutkan suatu penelitian.<sup>21</sup> Metode ini untuk mencari data yang terkait dengan pelaksanaan dzikir yang dilakukan di Dinas Sosial Tresna Werdha untuk terapi ketenangan mental, metode observasi sebagai metode utama.
- 2). *Wawancara* adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara Tanya jawab dengan menggunakan alat yang dinamakan

---

<sup>21</sup> *ucweb-b-bookmark*, tersedia di : <https://www.google.co.id/search? client=> . (diakses tanggal 15 maret 2018)

*interview guidance* (pedoman wawancara).<sup>22</sup> Penulisan mendapatkan informasi atau keterangan dengan cara bertanya langsung dan bertatap muka kepada responden.<sup>23</sup> Wawancara digunakan untuk mencari data kondisi lansia, kegiatan yang dilakukan di Dinas Sosial Tresna Werdha, upaya-upaya yang dilakukan oleh lembaga untuk meningkatkan jiwa keagamaan penghuni Tresna Werdha. Wawancara ini dilakukan kepada 1 orang ustaz, 5 orang lansia dan 2 petugas Dinas Sosial Tresna Werdha.

3). *Dokumentasi* adalah proses pengumpulan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen berupa buku, catatan, arsip, surat-surat, majalah, surat kabar, jurnal, laporan penelitian dan lainnya.<sup>24</sup> Dokumentasi digunakan untuk mencari data tentang sejarah yayasan, visi misi, struktur kepengurusan, data tentang penghuni serta foto-foto kegiatan lansia dll.

## **b. Analisis Data**

Analisis data kualitatif adalah “upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah memilahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memusatkan apa yang dapat diceritakan

---

<sup>22</sup>Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor Selatan : Ghalia Indonesia, 2005), h. 193-194

<sup>23</sup>Irawati Singarimbun, *Metode Penelitian Suevoi*, (Jakarta : LPES, 1989), Cet. Ke-1. H. 92

<sup>24</sup>*Ibid*, h. 91

kepada orang lain”.<sup>25</sup> Analisis data kualitatif prosesnya berjalan sebagai berikut :

- 1). Mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal itu diberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri.
- 2). Mengumpulkan, memilah-memilih, mengklarifikasikan, mensintensiskan, membuat ikhtisar, dan membuat indeksinya.
- 3). Bepikir, dengan jalan membuat agar kategori data itu mempunyai makna, mencari dan menemukan pola dalam hubungan-hubungan dan membuat temuan-temuan umum.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup>Lexy J. Meleong, *Metodelogi Penelitian Kualitatif* (Bandung : Remaja Rosdakarya,2002), h. 248

<sup>26</sup>*Ibid.*, h. 251